Pains, viennoiseries

Bagels

1h25	20 min	25 min	40 min	402
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la pâte

1. Dissoudre la levure dans un peu d'eau chaude.
2. Mettre la farine dans un saladier et former un puits. Verser la levure au centre avec le sucre, le sel et l'huile, mélanger grossièrement.
3. Ajouter l'eau, pétrir la pâte pendant plusieurs minutes : la pâte devient légèrement collante. Laisser reposer 20 minutes.

Étape 2

Cuisson et dressage des bagels

1. Diviser la pâte en 8 pâtons, former 8 boules.
2. Pour faciliter cette étape, fariner ses mains.
3. Percer le centre des boules avec le doigt et l'agrandir jusqu'à ce qu'il fasse 4 cm (le trou va rétrécir à la cuisson). Laisser reposer 20 minutes.
4. Faire bouillir de l'eau avec le sucre et le bicarbonate de soude dans une casserole.
5. Plonger les Bagels par 2 ou 3 dans l'eau bouillante pendant 30 secondes de chaque côté.
6. Placer les Bagels sur une plaque de cuisson huilée, les

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la pâte à bagels

400 g **Farine**
20 cl **Eau**
1 c. à café **Levure de boulanger**
1 c. à soupe **Sucre semoule**
1 c. à café **Sel**
1 c. à soupe **Huile de colza**

Ingrédients pour la cuisson à l'eau

1 litre(s) **Eau**
1 c. à soupe **Sucre glace**
2 c. à café **Bicarbonate de soude**

Ingrédients pour la garniture

1 unité(s) entière(s) **Blanc(s) d'oeuf**
1 **Graines de sésame**

badigeonner avec le blanc d'œuf légèrement battu puis parsemer de graines de sésame.

7. Faire cuire 20 minutes dans un four préchauffé à 200°C (Th.6)
8. Laisser refroidir avant de déguster.